

# ACTIVIDADES DE LA RESERVA

## OTOÑO 2013



reserva natural  
Riberas de Castronuño-  
Vega del Duero

## ✦ MARCHA NÓRDICA CON COMIDA OPCIONAL.

Plazas:  
10-40 pers./día

¡Divertida y muy saludable! Aprende la técnica "Alfa 247" para caminar por senderos de manera diferente, con monitores titulados y cualificados y bastones especiales. Imparte la Formadora Nacional Eveline Feussner, Pdta. de Fed. Española de Nordic Walking (FENWA). Los domingos por la mañana, de 10:30 a 13:30 h. Casa del Parque, Castronuño.

### Curso de Iniciación

27 de octubre.

Precio: 20 €/pers.

¡Inscripciones hasta el día 23!

Precio con comida en Casa Pepe\*: 30 €/pers.

### Rutas

¡Inscripciones hasta el viernes anterior!

10 y 24 de noviembre, 15 de diciembre.

Precio: 6€/pers. Incluye introducción al "Nordic Walking" y su técnica.

Precio con comida en Casa Pepe\*: 16 €/pers.



\*Menú a elegir entre 5 primeros y 5 segundos, con postre y café.

Inscripciones: [eveline.feussner@gmail.com](mailto:eveline.feussner@gmail.com) / 658 097 758 / Casa del Parque.

## ✦ TALLER DE POSTRES LÁCTEOS ARTESANOS.



¡Cocina tus propios postres lácteos siguiendo los consejos del repostero profesional José Ignacio Colinas. Además, te llevarás la receta a casa. ¡Sólo necesitas traer tu mandil! Los sábados por la tarde, de 16:30 a 18:00 h. Casa del Parque, Castronuño.

### Fechas y postres

¡Público sólo 1€!

19 de octubre: ¡Natillas y Crema catalana!

16 de noviembre: ¡Arroz con leche y Crème roulé!

14 de diciembre: ¡Sopa de almendras y Leche frita!

Público: Precio 1€/pers. Máximo 30 pers./día.

Reposteros/as: Precio 3 €/pers. Máximo 6 pers./día.

Inscripciones: Casa del Parque.

¡Inscripciones hasta el viernes anterior!

Casa del Parque de la Reserva Natural "Riberas de Castronuño-Vega del Duero.

C/Iglesia s/n. 47520 Castronuño (Valladolid).



983 866 107 / 620 135 130 / 659 628 542



[cp.castronuno@patrimonionatural.org](mailto:cp.castronuno@patrimonionatural.org)

